

平成24年度

独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業

トリプルPを実施し 児童虐待を防止する事業

報告書

NPO法人葉山っ子すくすくパラダイス

事業概要と目的

児童虐待に事件が、過去最高の384件、その加害者が実父・実母である場合が62%という現状に対して、親による児童虐待の防止策として、トリプルP(前向き子育てプログラム)を実施する。

トリプルP(前向き子育てプログラム)は、オーストラリア・クイーンズランド大学で研究開発されたペアレントトレーニングのプログラムであり、親の子育てを育むと同時に、子どもの困った行動に親が対応できる能力を身に付けるよう工夫されている。そこで、子育て支援団体のネットワークやノウハウを活用し、親が気軽にプログラムに参加できるよう工夫し、一見問題のないように見える家庭にこのプログラムを提供し児童虐待を未然に防ぐことを目的とした。

まず、プログラムの周知のためにセミナーを開催、その後、実施地域の子育て支援団体等と連携し、親対象のグループワークをおこなう。同時に、グループワーク終了後のフォローアップと軽度の困り感の解決のために、トリプルPスキルを取り入れた子育てひろば(親子のつどいのひろば)を実施した。

実施した事業①

楽しく子育て♪ トリプルP(前向き子育てプログラム)セミナー

目的 今後の子育ての課題から現在を考え、子どもを否定しない前向きな子育て方法の必要性を参加者に伝える

対象 すべての親・養育者と、子育て支援に関わる人

内容 トリプルPのDVDの一部を視聴し、子育ての困りごとがどこにでもあるということ伝え、簡単なワークを行う。
子どもの成長による問題を考え、日常の子育て方法に解決の糸口があることを伝える。

工夫 子育て中の親が参加しやすいよう、セミナー会場にキッズスペースを設置し保育スタッフが子どもの安全を見守るようにした。音の出にくい布などのオモチャなども用意した。



楽しく子育て♪トリプルP(前向き子育てプログラム)セミナーの実施

実施状況	神奈川県内 4ヶ所で実施		
	2012年 9月23日 鎌倉芸術館会議室	参加者数 3組	グループワーク申込 0名
	2012年10月15日 横須賀三浦教育会館	参加者数 18組	グループワーク申込 12名
	2012年12月 1日 横浜ワールドポーターズ	参加者数 12組	グループワーク申込 6名
	2013年 1月19日 葉山研修センター	参加者数 7組	グループワーク申込 4名
参加人数	合計 40組 (うち22組がグループワークに参加した。)		
参加対象	子育て中の親と子育て支援に関わるすべての専門家		
参加費	無料 ※託児...なし。但し、キッズスペースを設置し、保育スタッフが安全を見守る。		
講師	トリプルP認定ファシリテーター		

アンケートより	参加者満足度 97.5%
	大変満足 11(27.5%) 満足 28(70%) 少し不満 1(2.5%)
	グループワーク参加したいかどうか
	参加したい 27(70%)
	参加したいができない理由 日程が合わない 4名 家族と相談する 1名

参加者の声より

大変満足・満足

- ・子育ての同じような悩みを、世界中の親が抱えているのかと思い安心しました。同時に、その悩みの解決方法があることがわかりました。
- ・大変興味深い内容でした。子育てしていて途方に暮れることが度々あり、子育ての本やセミナーに参加してみましたが、「時間と心の余裕が必要」「たたく、怒鳴る前に、深呼吸して他の方法で対応を」という内容ばかりで、具体的にどうすればいいのか良くわからなかった。トリプルPを学び自分のスキルとして身につけたいと思った。
- ・良い親子関係の築き方について学んだことがないという話に、確かにそうだなとハッとした。コミュニケーションのスキルは親として一番子どもに身につけさせたいと思っている能力なので、トリプルPには興味を持ちました。
- ・自分の子育ての仕方はどうなんだろう？と考えることがあり、子どもに対しての接し方やしつけ等も不安でした。セミナーに参加して、自分の子育て方法の間違っていたところや不安に思っていたことが少しわかり良かったです。
- ・具体的な問題の対処法を更に知りたくなりました。グループワークに参加したいと思います。

少し不満

- ・障りしか学べなかったのが残念。もう少し具体的な方法を知りたかった。

実施した事業②

トリプルP(前向き子育てプログラム)グループワーク

目的 親や養育者が、毎日の子育てを楽しく前向きできる実践力を身につける。

対象 すべての親・養育者と、子育て支援に関わる人

内容 上手いかない子育てには、ちょっとした要因があること伝えモニタリングする方法を学ぶ

具体的な17の子育て方法、しつけの手順、計画された活動の手順など、DVDやテキストを使い、ロールプレイ、グルーディスカッションなどを行う

トリプルPの17のスキル

親子の良い関係を育むスキル

・子どもと良質な時間を過ごす ・子どもと話す ・愛情を表現する

好ましい行動を育てるスキル

・描写的にほめる ・注目している気持ちを伝える ・夢中になる活動を与える

新しい技術を教えるスキル

・良い手本を示す ・時をとらえて教える ・アスク・セイ・ドゥ ・行動チャート

問題行動を取り扱うスキル

・わかりやすい基本ルールをつくる ・ルールが守れなかったときの対話による指導
・計画的な無視 ・はっきりした穏やかな指示 ・問題に応じた結果でバックアップする
・クワイエットタイム ・タイムアウト

家庭内の個別の問題に親が対処できるよう、電話による個別セッションを行う

工夫 保育スタッフによる託児を行う。その際、トリプルPスキルを用い子どもの成長を促す。

コーヒー・茶菓を用意し、参加者がリラックスして受講できるよう環境を整える

ワーキングマザー向けに、土曜日(午前・午後と1日で2セッション行う)コースを実施した。

グループワークの流れ

通常8週間をかける。週1回のペースでセッションをおこなう。

- セッション① 前向きな子育てとは（前向きな子育ての5原則 問題行動の要因）
- セッション② 親子の良い関係を育む10のスキル
- セッション③ 問題行動に対応する7のスキル
- セッション④ ハイリスクな状況に備える
- セッション⑤～⑦ 電話セッション（家庭内の個別の問題を考え、実践する）
- セッション⑧ 変化を振り返り、維持する方法を考える



トリプルP(前向き子育てプログラム)グループワークの実施

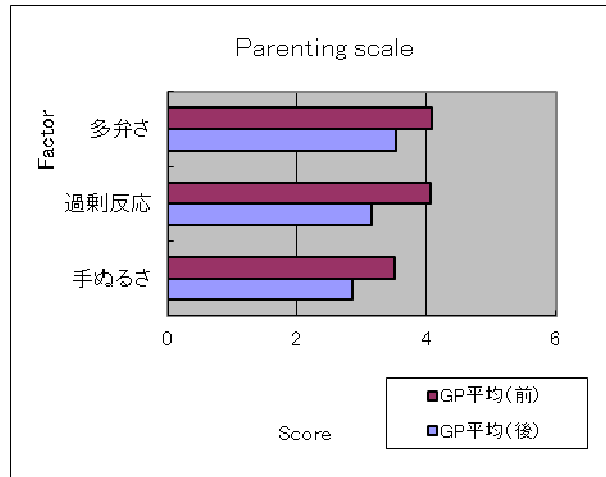
実施状況 神奈川県内 5ヶ所で実施
参加人数 合計 46人
参加対象 2歳ぐらい～12歳ぐらいまでの子どもの親と養育者
参加費 5000円(全日程8回分・テキスト代込み) 託児付き 子ども1人1回 500円

- ① 2012/10/26～12/7 横須賀三浦教育会館 木曜日コース
連携団体 社会福祉法人みどりの風 神奈川里親会 など
協力内容 チラシ配布 参加者への声掛け 会場の紹介など
参加人数 14名 (アンケート回収10枚 大変満足 10名 満足度 100%) ※欠席3名(病欠2幼稚園行事2)
対象とした子ども 第1子13名 第2子2名 (兄弟1名) 年齢 0～1.5歳 1人 1.5～3歳 7人 4歳～5歳 2人 6歳以上 2人
- ② 2013/1/11～2013/3/1 横浜市市民活動センター 金曜日コース
連携団体 NPO法人シャーロックホームズ
協力内容 チラシ配布 保育スタッフ手配 会場の紹介など
参加人数 13名 (アンケート回収 12名 大変満足6名 満足6名 満足度100%) ※欠席1名(病欠1)
対象とした子ども 第1子 13名 年齢 0～1.5歳 1人 1.5～3才 9人 4歳～5歳 2人 6歳以上 1人
- ③ 2013/1/12～2012/2/23 藤沢産業センター 会議室 土曜日コース
連携団体 藤沢市市民活動推進センター
協力内容 チラシ配布 会場の紹介 など
参加人数 7名 (アンケート回収 6枚 とても満足 6名 満足度 100%) ※欠席1(子どものインフルエンザ等)
対象とした子ども 第1子 7名 年齢 0～1.5歳 0人 1.5～3歳 3人 4歳～5歳 2人 6歳以上 2人
- ④ 2013/1/23～3/13 逗子商工会館 水曜日コース
連携団体 鎌倉女子大学寶川雅子研究室など
協力内容 チラシ配布 など
参加人数 7名 (アンケート回収5枚 とても満足 4名 満足1名 満足度100%) ※欠席2名(病欠2)
対象とした子ども 第1子6名 第2子1名 子どもの年齢 0～1.5歳 1人 1.5～3歳 4人 4歳～5歳 2人 6歳以上0人
- ④ 2013/2/2～3/16 葉山研修センター 土曜日コース
連携団体 神奈川里親会など
協力内容 チラシ配布 など
参加人数 5名 (アンケート回収5枚 とても満足 5名 満足度100%) ※欠席2名(子どものインフルエンザ・行事等)
対象とした子ども 第1子 5名 子どもの年齢 0～1.5歳 0人 1.5～3歳 5人 4歳～5歳 0人 6歳以上 0人

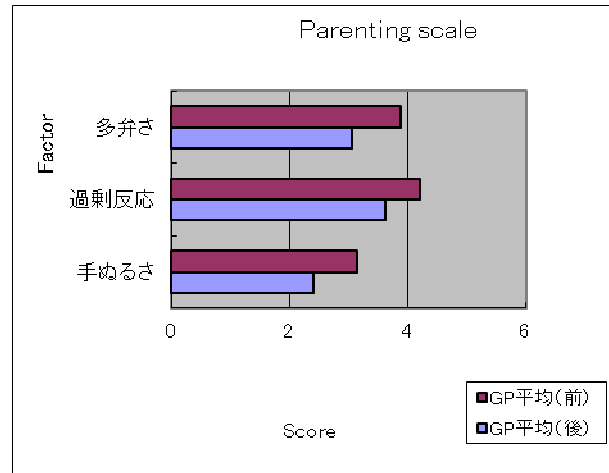
グループワークの成果(アセスメントより抜粋)

(1) Parenting Scale (PS) 親の非効果的な子育てスタイルを測定し、変化を検証する。

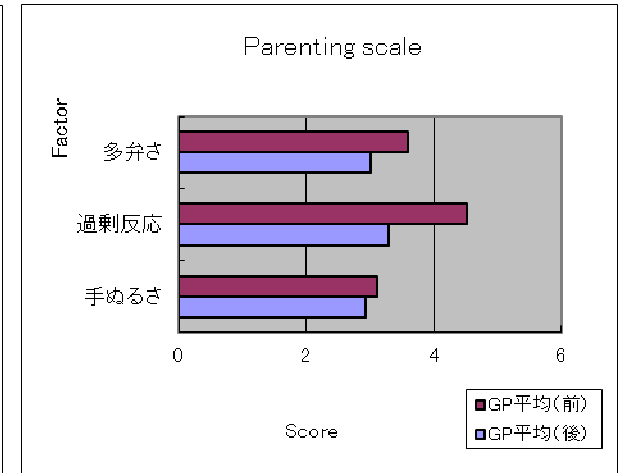
①横須賀三浦教育会館 14名



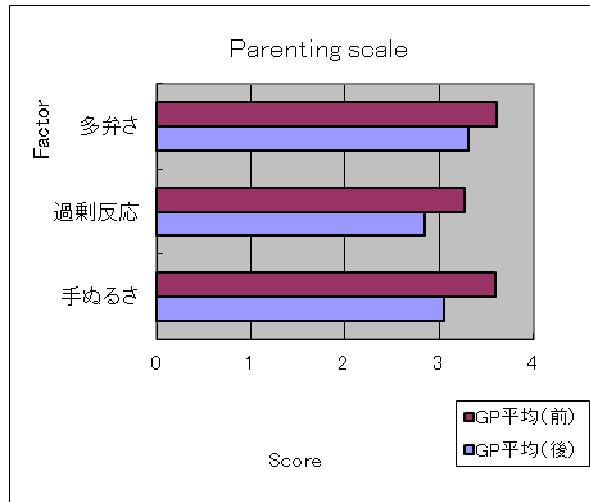
②横浜ワールドポーターズ 13名



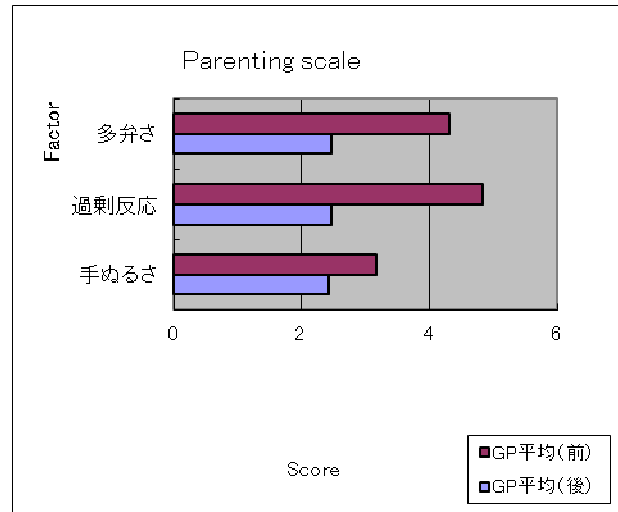
③藤沢産業センター 7名



④逗子商工会館 7名



⑤葉山研修センター 5名



非効果的な子育てスタイルとは？

多弁さ→長い説教や話に頼る方法

推奨カットオフ値 4.1

過剰反応→怒り、いじわる、短気

推奨カットオフ値 3.1

手ぬるさ→寛容すぎるしつけ

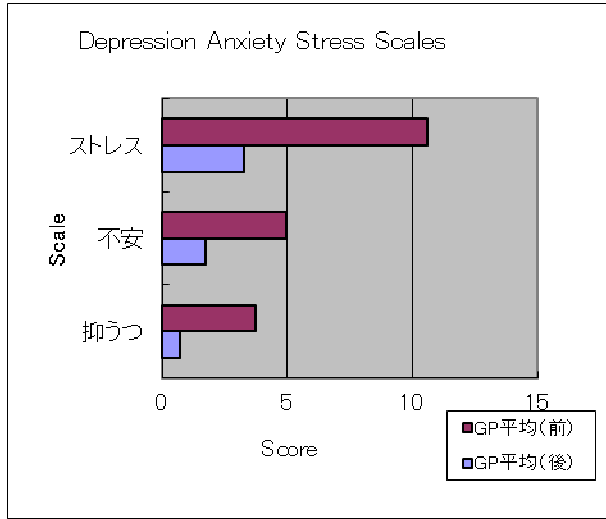
推奨カットオフ値 3.2

アセスメントから

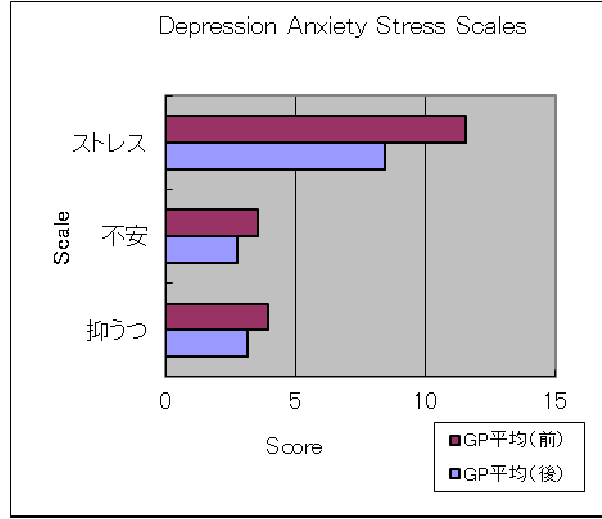
各グループとも、数値がカットオフ値以下に減少している。トリプルP受講後、家庭の中で効果的なしつけの方法が、バランスよく取り入れられていると思われる

(2) Depression Anxiety Stress Scales (DASS) 親の抑うつ、不安、ストレスを評価する。

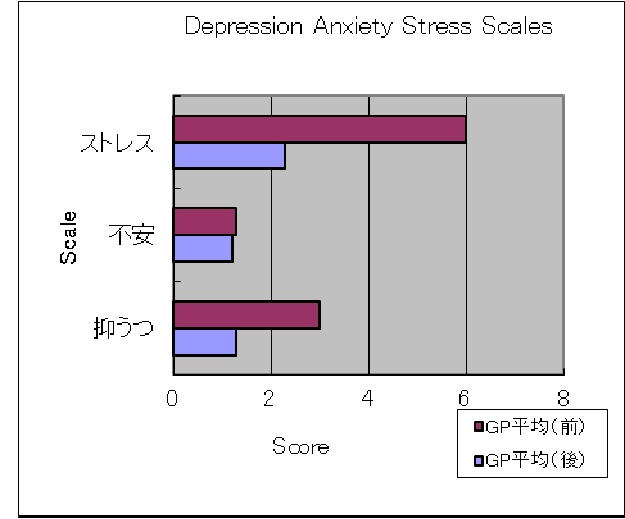
①横須賀三浦教育会館 14名



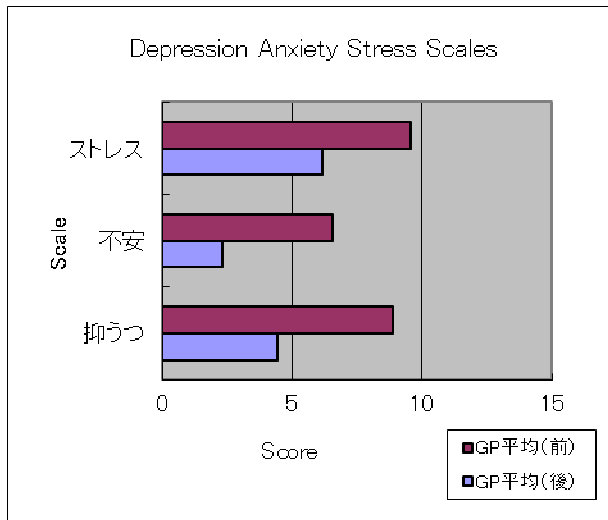
②横浜ワールドポーターズ 13名



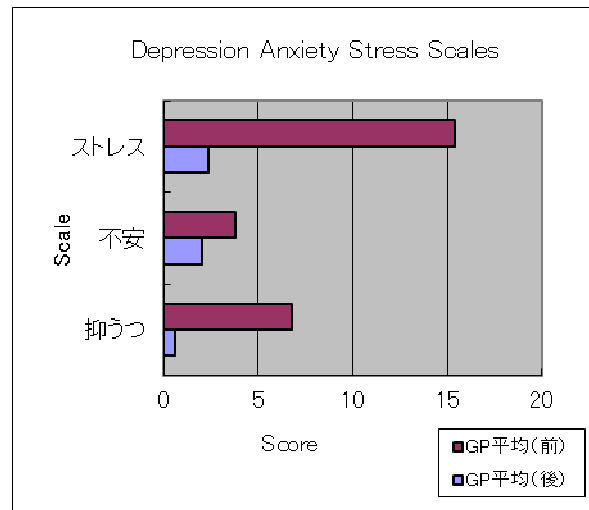
③藤沢産業センター 7名



④逗子商工会館 7名



⑤葉山研修センター 5名



成人の抑うつ、不安、ストレスを評価

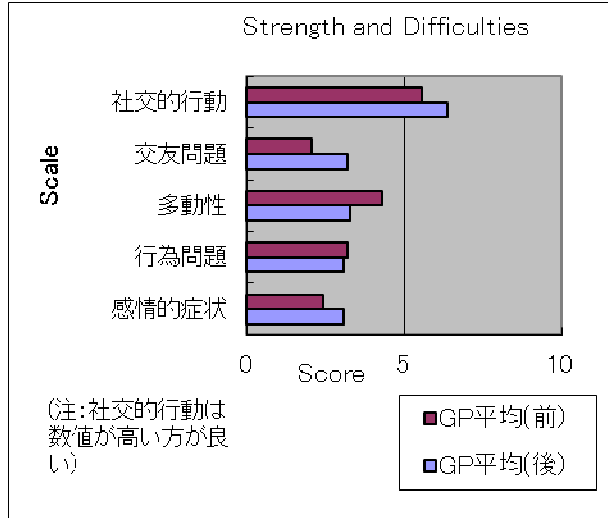
- 抑うつ → 正常値0~9
- 不安 → 正常値0~7
- ストレス → 正常値 0~14

アセスメントから

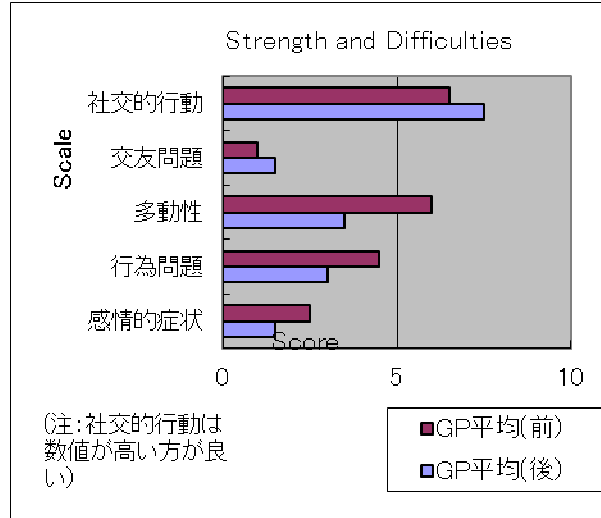
各グループとも、数値が減少している。トリプルPスキルを取り入れることで、親の小さなイライラや抑うつ、不安感など、子育て中の日常的な負担感が軽減していると思われる。

(3) Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) 子どもの向社会的・問題行動に対する親の意識を評価

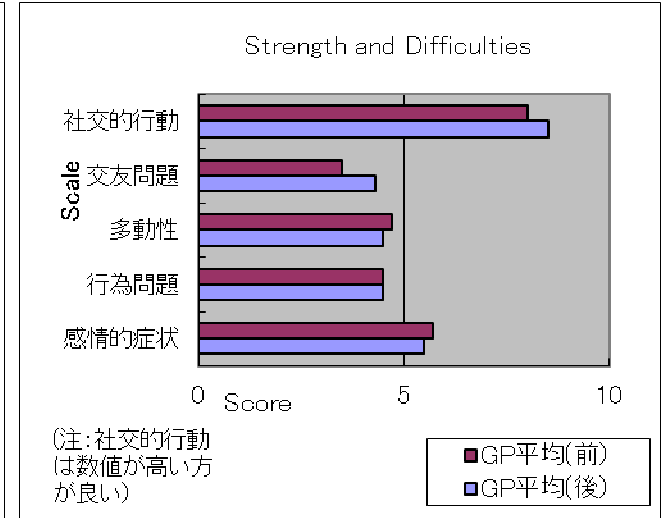
①横須賀三浦教育会館 14名



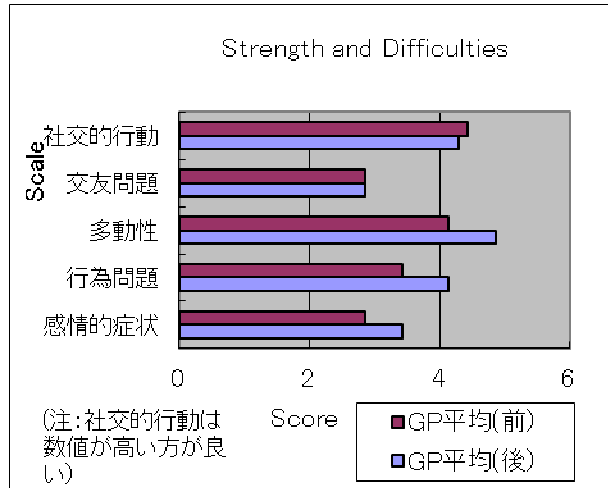
②横浜ワールドポーターズ 13名



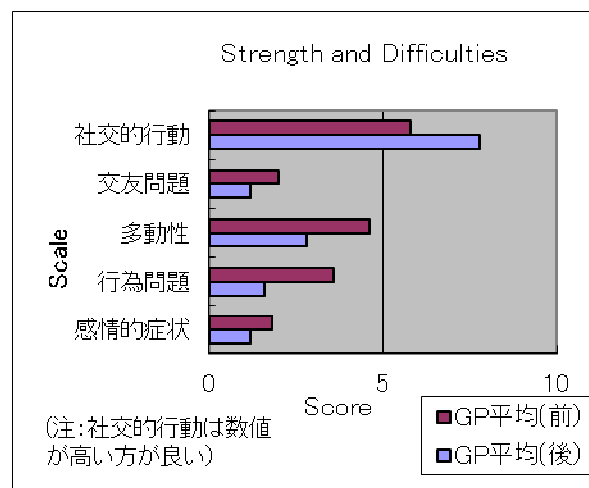
③藤沢産業センター7名



④逗子商工会館 7名



⑤葉山研修センター5名



望ましい行動や問題行動の発現頻度を測定

社会的行動	正常値 6~10
交友問題	正常値 0~2
多動性	正常値 0~5
行為問題	正常値 0~2
感情的症状	正常値 0~3

アセスメントから

各グループとも、数値に変化がみられた。すべての平均値がほぼ正常値となった。トリプルスキルを取り入れることで、子どもの困った行動が減少しているという親の意識をみることができる。

※2歳前後が多い場合、成長とも行動が増え数値が増加する場合がある。
親が子どもを見るようになり、数値が増加することもある。総合困難度では問題ない範囲。

グループワーク参加者の声から

【かんしゃくを起こさず行動できるようになった】

日頃、子どもの様子をよく見るようになった。いけないことはいけない、ほめるときはほめるなど、自分の中で「子育てルール」がしっかりできた。また、子どもも親の話を良く聞くようになり、かんしゃくを起こさずに行動するようになり驚いている。事前の準備、親の心構えが本当に大切だと実感。また、グループワークでママ同士気持ちを共有できたことも、良かった。
(30代 2歳9か月男の子)

【かんしゃくに感情的に叱ることを繰り返していたが、具体的な方法と電話セッションで良質な時間が増えた】

子どもがかんしゃくを起こした時に感情的に叱ってしまうことが多く、毎回同じことを繰り返していたので、何か良い改善策はないものかと、いろいろなセミナーや講座を受けたが、どれも、「親が時間と心に余裕を持つこと」という内容で、具体的にどうすればよいのかわからないままに終わり、スッキリしなかった。トリプルPで具体的な方法を知り、電話セッションではずっと悩んでいた夜泣きに対する私の考え方にもアドバイスがあり、子どもと過ごす時間がこれまでより良質の時間になった。これからも複雑な問題が起こると思いますが、トリプルPでうまく切り抜けてゆきたい。(30代 1歳11か月男の子)

【子どもへの接し方を知り、子育ての不安感が減った。】

自分の親には甘やかしているといわれ、つどいの広場の先生からは子どもはいい子に育てているから大丈夫だといわれ、自分の子育てとはどうあるべきかがわからなくなり、不安だった。トリプルPで、子どもとどう接したら良いのか、事前の対応で困った行動が減ることがわかり、不安感が減った。子どもが大きくなりどうしてよいかわからなくなったら、この本を参考にし相談します。
(30代 4歳2ヶ月女の子 2歳4ヶ月女の子)

【感情的に叱しからなくても、事前に言葉で伝えられることがわかった。】

3才の男の子の自我が芽生え、子どもの口ごたえについて感情的になっていた。トリプルPを学び、言葉で事前に話すことで子どもが理解することがわかり、感情的になって叱っていた自分が恥ずかしくなった。また、参加者の大半が子どもに対して感情的に怒ってしまうという話を聞き、私だけではないんだと少しホッとした。参加して良かった。子どもとはこれからも、なんでも話し合える良い関係を築いていきたい。成長とともに大変なこともあるが笑顔を忘れない親でありたい。
(40代 3歳5か月男の子)

【子育ての指針がハッキリし、良い方向へ変わった。】

子どもの為はもちろん、自分が親としてどう子育てを前向きにしていけばよいか指針がハッキリしてとても良かったです。自分のあり方で、こんなにも子どもが良い方向へ変わるかとびっくりしました。軸がぶれないようになり、自信を持てるようになったので、まわりを気にすることも少なくなりました。たくさんたくさん子どもと向き合いたいという気持ちになりました。そして、すごく気持ちが楽になった、せっかくの今を笑顔で楽しく過ごしていきたいと前向きになりました。トリプルPをもっともっと、たくさんママたちに知ってもらえたら良いなと思いました。

(30代 3歳1ヶ月女の子)

【ガミガミ叱ることが減り、笑顔で一日が終わるようになった。】

いつもガミガミ大きい声で怒り、子どもがあやまって、また次の日に大声で怒鳴り…。そんな毎日が嫌で参加しました。子どもへの注意の仕方、声かけの方法など教えていただき、自分自身に余裕が持てた気がします。100%怒鳴らなくなったとまではいきませんが、夜、笑顔で子どもと布団に入る日がとても増えました。今後もそうあるよう、日々自分と子どもをよく見つめながら過ごしていきます。

(30代 7歳男の子 2歳4ヶ月女の子)

【スキルが明確で分かりやすく、使いやすい】

スキルが明確でとてもわかりやすいプログラムでした。使いやすかったです。「当たり前のことをしないとき、当たり前の口調で言う」ということを、プログラムの中で言われていました。今まで「そうするのが当たり前でしょ」と強く子どもに言っていたので、ハッとしました。そこから、自分の行動が変えられたと思います。今までのような負の気持ちにならないように、いい循環を作っていけるようにしていきたいです。ありがとうございました。

(30代 2歳男の子)

【子育ての悩みの解決策を知り、子育てに自信が持てるようになった】

保健師さんや心理の先生に相談したことが何度もありましたが、解決策をアドバイスされそれが効果的だったことは、一度もありませんでした。自分が母親で申し訳けない、子育てに向いていないと思い込んでいましたが、トリプルPを受講して、自信がもてるようになり、子どもも私も随分変わったと思います。悩んでいたことへの解決方法があることと、それが効果的であることを知りました。問題が解決の方向に進んでいて、育児に自信が持てるようになったので、上手くいかない時でも以前に比べて、悩み落ち込むことが少なくなり気持ちが楽になりました。心が楽になりました。

(30代 3歳9か月男の子)

実施した事業③

てんとうむしのひろば

- 目的 トリプルPグループワーク修了生のフォローアップと簡単な子育て相談に応じる
- 対象 0歳～未就園の子どもと養育者
- 内容 グッドトイを用意し、親子で良質な時間をすごせる子育てひろばを行う
ママによるワークショップなど用意し、親がリフレッシュする場を提供する
トリプルPファシリテーターが親子と過ごし、気軽に子育て相談に応じる
(グループワーク修了生には、スキルを使い子どもの困った行動に対応するヒントを与える)
- 工夫 初めて参加した親も、孤立してしまわないようにスタッフが気を配る
親子でおもちゃを通して良質な時間をすごすよう、木や布の安全なおもちゃを用意した
コーヒー・茶菓など用意し、リラックスしながら友だちづくりができるようにした。



「てんとうむしのひろば」の実施

実施状況 葉山町内で8回実施

2012年	6月25日	9組	7月12日	3組	8月27日	11組	9月21日	6組
	10月12日	14組	11月30日	12組	12月21日	10組		
2013年	2月25日	12組						

参加人数 合計 77組

参加対象 子育て中の親子 トリプルPグループワーク修了生

参加費 500円 その他 有料ワークショップあり 300円～500円(材料費程度)

アンケートより 参加者満足度 100 %

大変満足 69(89.6 %) 満足 8(10.3%)

参加者の声より

- ・子どもがかんしゃくを起こすようになってきたので、トリプルPの相談ができて気持ちが落ち着きました。
- ・親子で参加できる企画で良かったです。気軽にトリプルPの相談ができて、とても助かりました。
- ・お話を聞いてもらい、スッキリしました。気にかけてもらっているという安心感があり感謝しています。
- ・スキンシップの方法について具体的なアドバイスがあり、今日からやってみたいと思いました。
- ・改めてトリプルPの大切さがわかりました。
- ・3人目が生まれて、日常に追われていましたが、一度立ち止まる機会になりました。再び、親としての自分の行動を見つめなおせたこと、大切なことを思い出しました。参加して、本当に良かったです。
- ・自分の気分のコントロールができずにいました。トリプルPの仲間と話したりして、学んだことを活かしていこうと思いました。
- ・子どもの成長と共に、あたらしい課題がでてきたところでした。対応が難しいこともありますが、とても良かったです。楽しく前向きに子育てしてみます。
- ・毎日のイヤイヤが日に日にエスカレートしてしまい、困っていたところでした。トリプルPを頭に浮かべながら、もう一度頑張ります。
- ・初めて参加して、仲良く遊べるかどうか不安でした。はじめてみるおもちゃに夢中になって遊んでいました。親子共々、リフレッシュできました。コーヒーとお菓子がうれしかったです。

まとめ

(1) 目的に対して

トリプルP(前向き子育てプログラム)というオーストラリア発の海外のペアレントトレーニングプログラムを取り入れ、日常の子育ての不安感やイライラを軽減し、実父母や養育者による児童虐待の芽を未然に摘み取ることを目標とした。

方法として、①導入として広くセミナーの実施 ②具体的なプログラムを開講、③「てんとうむしのひろば」を実施し、グループワーク修了生の振り返りの場とした。さらに、より身近に親しみ参加してもらいやすいよう各プログラムの実施に際しては、地域の子育て支援団体等と連携し広報活動を行い、実施に際しては子育て支援活動のノウハウを活用した

その成果はグループワーク参加者のアセスメントより、子育てのスタイルや不安感など軽減していることがわかる。また、修了後の感想にも、感情的に叱らなくなった、笑顔で過ごす時間が増えたなどの声からも、一定の効果があったのではないかと考えている。ひろばでは、成長した子どもの問題を気軽に相談することができ、助かったとの声も寄せられている。

また、今回のグループワークの参加者の内、46名中45名がプログラム実施対象を第一子としており、はじめての子どもの子育てが上手くいかず悩んでいる様子が見える。特に、イヤイヤ期の子どもとどう向き合うのか、また、幼稚園から小学校への成長の過程で、子どもをどう取り扱えばいいのか悩む親が多いようだ。

核家族化が進み、周囲から子育て方法のアドバイスや手助けを受ける機会の少なくなった今、第一子を育てる親が、トリプルP(前向き子育てプログラム)のようなペアレントトレーニングを受け、子育ての具体的な方法を学び日常生活に取り入れることで、親の負担感や不安感が軽減され、児童虐待の芽を未然に摘み取ることができるのではないかとと思われる。

(2) 今後の課題と展望

このようなプログラムへの参加を妨げる要因に、親の抵抗感があるといわれているが、私たちのような身近な子育て支援団体が実施した今回のプログラムには、親も気軽に参加できたようだ。ママ友の口コミの評判を聞いて誘い合って参加したり姉妹で参加したケースもあった。、電話セッションの中で、叱りつける、怒鳴る、手がでるなどの親の悩みに対応することができ、行政や公的な機関に把握されにくいような、軽い問題に対処することができたのではないかと思う。

今回実施した「楽しく子育て♪セミナー」に参加した養育者の半数が、その後グループワークに参加し大きな成果をあげている様子を見ると、プログラムの普及啓発のためのセミナーを成功させることにポイントがあるように思われる。そこで、広報や周知活動をすすめていくことが、今後の課題といえる。

児童虐待の芽を未然に摘み取る・・・より多くの養育者だけでなく、幼稚園や保育園など子育て支援に関わる人たちへ、このようなプログラムがあることを周知し、わかりやすく提供する仕組み作りを考えたい。さらに、より多くの養育者へ提供するために、受講料などの負担を軽くすること同時に、団体として事業を継続するにはどうしたらよいかを考える必要がある。そこで、今後の展望として、地域に住む多世代との交流や異業種との連携など新しい仕組みづくりを考えてゆきたい。